

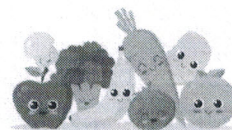


MUNICÍPIO DE TAGUAÍ

Taguaí: Capital das Confeções.

CNPJ – 46.223.723/0001-50

COZINHA PILOTO



CARDÁPIO – Projeto CATIVA

Planejamento semanal de refeições

ABRIL SEMANA 2	Segunda-feira 14/04/25	Terça-feira 15/04/25	Quarta-feira 16/04/25	Quinta-feira 17/04/25	Sexta-feira 18/04/25
Turma 1 CAFÉ DA MANHÃ 8h	Bolacha Leite com polpa de fruta Maçã	Pão com margarina Suco polpa de fruta Melão	Pão de leite Leite com achocolatado + cacau 100% (sem adição de açúcar) Laranja	Pão com margarina Suco polpa de fruta Maçã	
Turma 1 11:30 ALMOÇO Turma 2 12:30	Arroz + feijão Frango ao molho vermelho com cenoura e abobrinha Salada (Tomate)	Arroz + feijão Carne moída com pimentão colorido, tomate e cenoura Salada (Chicória)	Arroz + feijão Carne de panela com batata, cenoura e tomate Salada (Pepino)	Arroz Feijão preto Virado de Ovos com cenoura e abobrinha Salada (Vinagrete)	FERIADO
Turma 2 LANCHE DA TARDE 15h	Bolacha Leite com polpa de fruta Maçã	Pão com margarina Suco polpa de fruta Melão	Pão de leite Leite com achocolatado + cacau 100% (sem adição de açúcar) Laranja	Pão com margarina Suco polpa de fruta Maçã	
Energia (Kcal)	689,14	675,11	672,27	772,39	
Carboidrato (g)	103,36	102,81	101,39	115,44	
Proteínas (g)	31,98	28,11	27,15	29,58	
Lipídios (g)	16,54	17,35	17,63	21,84	

OBSERVAÇÕES IMPORTANTES:

* **Para os alunos que treinam** – Ofertar somente fruta antes do treino, após o treino ofertar o restante do café da manhã.

** **Porção de bolacha** – 6 unidades por criança.

*** **Porção de Pão de leite** – 1 unidade por aluno, é para ser ofertado sem margarina.

**** **Porção de Fruta** – Banana, Maçã, Caqui e Laranja – 1 unidade por aluno, para evitar desperdício, pois nem todos os alunos comem essa quantidade, a maçã e o caqui podem ser ofertados ao meio e a laranja dividida em 4 partes para ser consumida com o bagaço. Mamão, Abacaxi, Melão e Manga - podem ser cortados em fatias sem casca e semente, fatias do tamanho da palma da mão, a depender da espessura da fatia pode ser ofertado 2 a 3 fatias por aluno.

***** **Proporção de cacau** – 2 pacotes de cacau 100% (400g) para 1 pacote de 1,8 kg de achocolatado.

***** **Para adoçar o leite e o suco com polpa de fruta** – de preferência utilize frutas mais adocicadas, como banana e maçã para bater com a polpa e diminuir/evitar o uso do açúcar.

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÃO

Saina Balduino
Taina Franco Balduino
NUTRICIONISTA
CRN-3 85256

Rua João Carniato nº 165– Tel (14) 3386-1507
CEP. 18.890-037 – Taguaí – SP e-mail: cozinhapiloto@taguai.sp.gov.br

Marli Ap. Bergamo Bertolli
Marli Ap. Bergamo Bertolli
Nutricionista
CRN-3 1457